

·竞赛与训练·

智力残疾运动员目标定向、完美主义与运动成绩的关系

田宝¹, 覃丽梅², 李洁玲³

(1.首都师范大学 心理系, 北京 100089; 2.广西幼儿师范高等专科学校 心理咨询中心, 广西 南宁 530022;
3.天津体育学院 研究生部, 天津 300381)

摘 要: 以601名特奥会智力残疾运动员为对象, 通过相关分析、结构方程模型对成就目标定向、完美主义和运动成绩的关系进行探讨。结果表明: (1)掌握趋近目标定向和追求完美对运动成绩有直接的正向预测作用; (2)成绩回避目标定向、掌握回避目标定向和不完美的消极反应对运动成绩有直接的负向预测作用; (3)成绩趋近目标定向和掌握趋近目标定向通过追求完美可间接预测运动成绩, 且对追求完美有显著的正向预测作用; (4)成绩趋近目标定向、成绩回避目标定向和掌握回避目标定向通过对不完善的消极反应可间接预测运动成绩; (5)成绩回避和掌握回避对消极反应有显著的正向预测作用, 而成绩趋近对消极反应有显著的负向预测作用。

关键词: 残疾人运动心理学; 成就目标定向; 完美主义; 智力残疾

中图分类号: G804.8 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2010)12-0069-06

Relations between target orientation, perfectionism and sports performance with respect to intelligence handicapped athletes

TIAN Bao¹, QIN Li-mei², LI Jie-ling³

(1.Department of Psychology, Capital Normal University, Beijing 100037, China;

2.Psychological Consult Centre, Guangxi College for Preschool Education, Nanning 530022, China;

3.Department of Graduate, Tianjin College of Sport, Tianjin 300381, China)

Abstract: Basing their subjects on 601 intelligence handicapped athletes trained for the Paralympic Games, the authors probed into relations between achievement target orientation, perfectionism and sports performance by means of correlation analysis and structural equation model, and revealed the following findings: 1)apprehending proximity target orientation and pursuing perfection have a direct positive prediction function on sports performance; 2)performance evasion target orientation, apprehending evasion target orientation and passive reaction of imperfection have a direct negative prediction function on sports performance; 3)performance proximity target orientation and apprehending proximity target orientation can indirectly predict sports performance via pursuing perfection, and have a significant positive prediction function on pursuing perfection; 4)performance proximity target orientation, performance evasion target orientation and apprehending evasion target orientation can indirectly predict sports performance via passive reaction to imperfection; 5)performance evasion and apprehending evasion have a positive prediction function on passive reaction, while performance proximity has a significant negative prediction function on passive reaction.

Key words: sports psychology for handicapped people; achievement target orientation; perfectionism; intelligence handicapped

运动员心理因素对运动成绩的影响日益显出其重要性。作为动机领域广泛研究课题之一的成就目标定向

收稿日期: 2010-07-28

基金项目: 国家自然科学基金资助项目(71072150); 国家软科学研究计划项目(2008GXS4K065); 北京市“发展与教育心理学”重点学科和北京市“学习与认知”重点实验室资助。

作者简介: 田宝(1965-), 男, 副教授, 博士, 研究方向: 人力资源管理、职业心理学、运动心理学。

向理论被引入体育运动领域后,形成了许多关于目标定向理论在体育运动领域的研究成果^[1]具有很重要的应用价值^[2]。成就目标定向是个体对成功的意义或目的的知觉^[3]。早期的成就目标理论把成就目标划分为掌握目标定向和成绩目标定向,掌握目标定向关注的是自身能力的提高以及对任务的掌握,成绩目标定向关注的是自己的能力是否超过别人或成绩是否获得公众承认^[4]。

随着对成就目标研究的深入,学者不断提出三分法^[5]和四分法^[6]。近年来,国内外学者用目标定向四分法进行实证研究,并指出成就目标四分法比三分法和二分法更为合理^[7-8]。四分法是指掌握趋近、掌握回避、成绩趋近和成绩回避 4 种目标定向。掌握趋近目标是指关注任务的理解和掌握以及自身能力的发展,将成功归因于努力,倾向于进行自我比较;掌握回避目标是指害怕不能理解和掌握任务,担心自己的能力停滞不前;成绩趋近目标是指关注目标的结果,关注别人的看法和评价,进行能力归因和社会比较;成绩回避目标是指回避能力的比较和消极评价,害怕承担没有把握的任务。

大量研究表明,成就目标是运动成绩的预测变量,但在成就目标与运动成绩之间包含着一系列的中介过程。Flett^[9]认为运动员的完美主义在体育竞技当中是一个非适应性的因素,并且它对成绩目标的专注以及对掌握目标的忽视有着密切的关系。如此,完美主义者可能把重心集中在求证他们的能力而且疏忽改良他们的能力,这在未来的竞争中将会对他们的表现产生有害的影响。

另外一些研究却得出不同结果,即完美主义对运动员有积极影响,一些研究者已经确认完美主义是在运动中达成出色表现的一种关键特质^[10]。Daniel 和 Knisten^[11]的研究中也揭示了完美主义是奥运冠军身上的一种人格特质。依照 Slade^[12]的观点,完美主义可以分为积极维度和消极维度:积极完美主义具有关注于接近目标的认知和行为的特点,而消极完美主义的特点是关注于回避目标的认知和行为。

关于运动员的完美主义和成就目标的关系,运动领域现有研究大多沿用了两维成就目标结构,即掌握目标定向和成绩目标定向^[13],并未研究完美主义的积极和消极方面是如何与接近-回避目标定向相关的。事实上,对目标定向的四维区分将会更进一步澄清运动员完美主义和其成就目标定向的关系。

在研究对象上,目前目标定向的研究大多关注学生,对运动员的研究较少,对智力残疾运动员的研究更是没有。同时,我国对完美主义的少量实证研究集

中于临床及教育领域,运动领域内针对完美主义的实证研究到目前为止还未见^[14],更不用说在智力残疾运动员这一特殊对象上。

所以,本研究的目的有两个:一是验证我国智力残疾运动员的四维成就目标定向结构;二是以智力残疾运动员为样本,目标定向为自变量,并加入完美主义这个中介变量,研究成就目标定向、完美主义对运动成绩的预测关系。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

被试者来自第 12 届特奥会的轻度智力残疾运动员。根据研究目的将被试者分成两个样本群。样本群 1:发放问卷 400 份,回收 360 份,有效问卷 347 份。其中男运动员 177 人,女运动员 170 人,运动项目有田径、体操、皮划艇、保龄球、举重、龙舟、板球、手球。样本群 1 的数据用于验证我国智力残疾运动员目标定向的结构。样本群 2:选择来自特奥会个人运动项目中的轻度智力残疾运动员,发放问卷 300 份,回收 280 份,其中有效问卷 254 份。男运动员 125 人,女运动员 129 人,运动项目有田径、体操、皮划艇、保龄球、举重。样本 2 的数据用于探讨目标定向、完美主义与运动成绩的关系。

1.2 研究方法

1)运动情境中的成就目标定向量表(自编)。根据每种目标定向的定义编制项目,特别是掌握回避目标定向在运动领域研究中没有可借鉴的项目,需要根据定义重新编制,最初确定 59 道题。然后,对这些项目进行初步的修改和筛选,检查同一维度上的项目之间有无重复;检查是否每一个维度上都包含了定义中所表达的内容;请专家审查项目的归类 and 表达的意思是否符合维度。对 10 名轻度智力残疾运动员预试,看是否符合其智力理解水平。测试并访谈,对其中的个别措辞予以修改。再次通过小组讨论确定运动领域目标定向量表,最终问卷为 29 道题。本量表采用 5 点计分,1 为非常符合,2 为比较符合,3 为一般,4 为比较不符合,5 为非常不符合。

2)运动领域完美主义量表。采用 Stoeberl^[15]简版的《完美主义量表》,通过修订编制成《运动领域完美主义量表》。包括追求完美和对不完美的消极反应两个分量表,项目数分别为 5、5,使用 5 级评分标准。验证性因素分析显示: $\chi^2=62.250$, $df=34$, $\chi^2/df=1.831$, $GFI=0.965$, $NFI=0.970$, $IFI=0.986$, $TLI=0.981$, $CFI=0.986$, $RMSEA=0.049$ 。对量表及各维度进行内部一致性检验,总量表 α 系数为 0.818,两个分量表的 α

系数分别为 0.989、0.787，该量表信效度指标良好。

2 结果与分析

2.1 我国智力残疾运动员的成就目标定向四维结构的验证

为进行结果分析，须先按田径、体操、皮划艇、保龄球、举重等运动项目及性别的不同进行成绩的标准化。其中，成绩先转化为平均数为 0 的 Z 分数，再转化为平均数为 50 的 T 分数^[16]。皮划艇和田径项目在转化为 Z 分数后，反向计分，再转为 T 分数。参与统计分析的数据是 T 分数。

对样本 1 的数据进行分析，删除异常数据。使用 SPSS15.0 和 AMOS7.0, 结合验证性分析中的拟合指数、每个项目的负荷、量表开发的项目数量要求以及预测访谈时了解的情况等因素，将负荷较低的项目删除。最终得出 20 道题的《运动情境中的成就目标定向量表》，包括成绩趋近目标定向、成绩回避目标定向、掌握趋近目标定向和掌握回避目标定向 4 个维度，每一维度上的项目数分别为 6、3、8、3。使用 AMOS7.0 对量表进行验证性因素分析， $\chi^2=298.922$ ， $df=164$ ， $\chi^2/df=1.823$ ， $GFI=0.891$ ， $NFI=0.967$ ， $IFI=0.985$ ， $TLI=0.982$ ， $CFI=0.985$ ， $RMSEA=0.057$ 。对量表及各维度进行内部一致性检验，总量表 α 系数为 0.861，4 个分量表的 α 系数分别为 0.985、0.976、0.859、0.967。结果表明，自编的《运动情境中的成就目标定向量表》信效度指标良好。

2.2 智力残疾运动员成就目标定向、完美主义和运动成绩的相关性

1) 成就目标定向与完美主义的相关性。

成绩趋近目标定向与追求完美正相关非常显著(0.672, $P<0.01$)，与对不完美的消极反应呈非常显著负相关(-0.761, $P<0.01$)；掌握趋近目标定向与追求完美正相关非常显著(0.531, $P<0.01$)，与对不完美的消极反应相关不显著(-0.064, $P>0.05$)；成绩回避目标定向与追求完美相关不显著(-0.054, $P>0.05$)，与不完美的消极反应存在非常显著正相关(0.729, $P<0.01$)；掌握回避目标定向与追求完美相关不显著(-0.026, $P>0.05$)，与不完美的消极反应存在非常显著正相关(0.757, $P<0.01$)。

2) 完美主义和运动成绩的相关性。

追求完美与运动成绩呈非常显著正相关(0.724, $P<0.01$; 0.586, $P<0.01$)，即追求完美倾向越高，运动成绩也会越高，反之亦然。不完美的消极反应与运动成绩呈显著负相关，即对不完美的消极反应越强烈，其运动成绩越差，反之亦然。

3) 成就目标定向与运动成绩的相关性。

趋近目标定向与运动成绩存在很非常显著的正相关(0.724, $P<0.01$; 0.586, $P<0.01$)；回避目标定向与运动成绩存在非常显著的负相关(-0.720, $P<0.01$; -0.716, $P<0.01$)。

2.3 智力残疾运动员目标定向通过完美主义对运动成绩的影响

上述相关分析的结果表明目标定向各维度与完美主义两维度相关显著，而完美主义两维度与运动成绩也都呈现显著相关，目标定向各维度与运动成绩也相关显著。所以，本研究假设：追求完美、对不完美的消极反应是目标定向与运动成绩的中间变量。为验证假设，将数据与模型进行拟合，以目标定向为自变量，完美主义为中介变量，运动成绩为因变量，建立路径分析模型。探索与本研究一致的结论，并尝试发现新的结果补充或更正研究假设。

1) 竞争模型 1。

根据目标定向(2 维或 3 维)与完美主义不同维度的研究结果^[7, 13]，以及智力正常运动员的目标定向与运动成绩的关系研究结果^[17]，提出竞争模型 1(见图 1)。

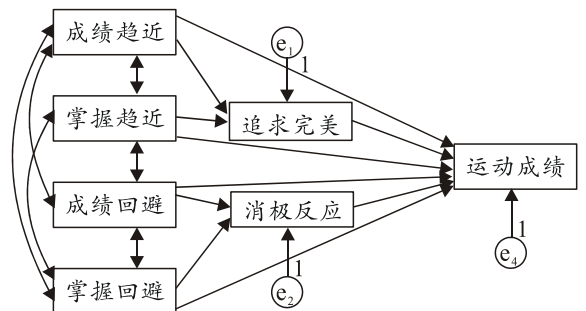


图 1 智力残疾运动员成就目标定向与运动成绩竞争模型 1

2) 竞争模型 2。

根据教育领域的研究结果，成绩趋近目标经常是不适应的，当同时具有成绩趋近目标和掌握趋近目标的时候才是适应的，成绩趋近目标定向可能是“动机双刃剑”^[18]。所以在竞争模型 2 中，我们假设成绩趋近并不直接影响运动成绩(如图 2)。

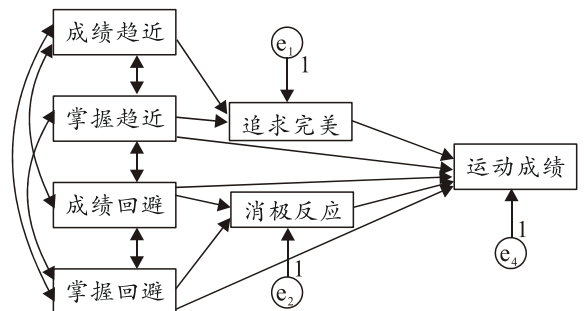


图 2 智力残疾运动员成就目标定向与运动成绩竞争模型 2

3)竞争模型 3。

Stoeber^[7]对高中运动员的研究表明成绩趋近目标与对不完美的消极反应高度相关,由此,我们提出第 3 个竞争模型,增设成绩趋近目标指向对不完美的消极反应这一路径(如图 3)。

由表 1 可见,竞争模型 1 的拟合指数 χ^2/df RMSEA 没有达到结构方程的统计要求,数值差距较大;竞争模型 2 的拟合指数 χ^2/df RMSEA 虽稍微好点,但没有达到结构方程的统计要求;竞争模型 3 的拟合结果中各路径系数的 C.R.值均已大于 1.96,说明各路径系数显著,不需删减。模型 3 的各项拟合指数良好,从

数据上支持了该模型。

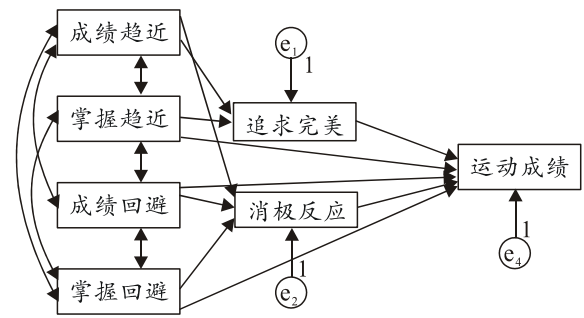


图 3 智力残疾运动员成就目标定向与运动成绩竞争模型 3

表 1 三个竞争模型的拟合指数

模型	χ^2	df	χ^2/df	GFI	NFI	IFI	TLI	CFI	RMSEA
模型 1	46.340	5	9.268	0.954	0.985	0.987	0.944	0.987	0.181
模型 2	47.837	6	7.973	0.953	0.985	0.987	0.953	0.987	0.166
模型 3	4.049	5	0.811	0.995	0.998	0.999	0.999	1.000	0.011

3 讨论

3.1 运动情境中的成就动机目标定向的 4 维结构

本研究通过对自编的《运动情境中的成就目标定向量表》结构的验证,表明运动情境中的成就目标定向量表具有 4 维度结构。这与教育领域的研究结果基本一致^[19]。这可能是因为特质性目标定向的存在,目标定向具有相对稳定性,所以在不同领域也能发现相同的 4 维目标结构。

3.2 智力残疾运动员成就目标定向、完美主义和运动成绩的相关性

本研究中,成绩趋近目标定向与追求完美正相关显著,与对不完美的消极反应呈显著负相关;掌握趋近目标定向与追求完美呈显著正相关,与对不完美的消极反应相关不显著;成绩回避目标定向与追求完美相关不显著,与不完美的消极反应存在显著正相关;掌握回避目标定向与追求完美相关不显著,与不完美的消极反应存在显著正相关。

除了成绩趋近目标与对不完美的消极反应呈显著负相关外,别的相关结果与 Stoeber^[7]对高中运动员的研究相一致。Stoeber 的研究结果是成绩趋近目标与对不完美的消极反应呈正相关,同是运动领域,研究结果的不同可能是由于智力残疾运动员这一特定对象所导致。正常个体或正常运动员的成绩趋近目标越高,面对失误时的情绪反应越强。然而,我们在施测与访谈过程中发现,智力残疾运动员在面对错误、失误时的自责、愤怒情绪比一般运动员低,可能是其自尊意识发展得较为缓慢;同时,高成绩趋近目标的智力残

疾运动员,会比较听教练的建议,在教练的指导下,面对错误、失误时的自责、愤怒情绪会较容易舒缓。

本研究中,追求完美与运动成绩呈显著正相关,不完美的消极反应与运动成绩呈显著负相关。即高度追求完美的个体,其运动成绩会较好;高消极反应的个体,其运动成绩会因此受到影响而降低。这与完美主义的适应性研究相一致^[20],基本不存在文化差异。完美主义的积极方面则包括完美主义个体有高个人标准、争取最优秀等,会产生比较好的表现、能力达成、忍耐,从而促进运动成绩;完美主义的消极方面包括过度关注错误、期待与结果间的差距感和消极的反应等,会产生焦虑、恐惧和低自尊^[21],从而对运动成绩产生不良的影响。

本研究结果表明,成绩趋近目标定向、掌握趋近目标定向与运动成绩皆存在显著正相关;成绩回避目标定向、掌握回避目标定向与运动成绩皆存在显著的负相关。这与教育领域的研究结果较为一致^[22]。但教育领域的研究表明当同时具有成绩趋近目标和掌握趋近目标的时候才是适应的,成绩趋近目标定向可能是“动机双刃剑”^[18]。有可能,从教育领域转变到运动领域后,成绩趋近目标定向与掌握趋近目标定向的联系更为密切,所以才有上述的研究结果。因为,交互作用的观点认为,成就是情境和个体差异因素共同作用的结果^[23],也就是说,不同情境下,个体表现出的成就目标定向的特点和作用效果有所不同。

3.3 成就目标定向通过完美主义对运动成绩的影响

本研究发现成就目标定向对运动成绩有直接独立

的预测作用。掌握趋近目标定向对运动成绩有着直接的正向预测作用；成绩回避目标定向、掌握回避目标定向都对运动成绩有直接的负向预测作用。也就是说高掌握趋近目标定向的个体，其运动成绩会因此而提高；好成绩回避目标定向和高掌握回避目标定向的个体，其运动成绩会因此受到影响而降低。在国内外运动领域，尚未有 4 维成就目标定向与运动成绩的预测研究，所以无法比较；但与国外相关理论假设相一致^[24]。高掌握趋近目标定向的个体，坚信努力的作用、低焦虑、高坚持性，更易获得良好运动成绩；好成绩回避目标定向的个体，坚信能力固定不变、高焦虑、低坚持性，会对运动成绩有负向作用；掌握回避目标定向的个体，坚信努力的作用、中等焦虑、中等坚持性，易对运动成绩有不良作用。本研究结果中成绩趋近目标定向与运动成绩相关显著，但不能直接预测运动成绩，可能是由于完美主义二维度的中介作用所导致。成绩趋近目标定向与完美主义的两个维度追求完美、对不完美的消极反应都高相关，使得成绩趋近目标定向对运动成绩的直接预测作用不那么显著。

从本研究最终验证的成就目标定向与运动成绩的关系模型可以发现，成就目标定向的两个维度成绩趋近和掌握趋近可以通过追求完美间接预测运动成绩，成绩趋近、成绩回避和掌握回避通过对不完美的消极反应间接预测运动成绩。那些好成绩趋近、高掌握趋近的个体，他们容易形成积极的完美主义，因此他们的各种行为表现会提高运动成绩。低成绩趋近、好成绩回避、高掌握回避的个体，他们容易形成消极的完美主义，因此他们的各种行为表现会降低运动成绩。

高掌握趋近的个体，具有适应性的效能感判断、低焦虑、高努力、高坚持的特点，易形成适应性完美主义；适应性完美主义者能够正确对待错误、富有自信，这对运动成绩有积极的影响。好成绩趋近的个体，具有效能感判断不客观、中等焦虑、成功时高努力的特点，如果同时具有高掌握趋近，则易形成适应性完美主义，对运动成绩有较积极的影响。好成绩回避的个体，具有低效能感、高焦虑、低努力的特点，极易形成不适应性完美主义；他们会过多关注错误、较强失败感、缺乏自信，这就对运动成绩有消极的影响。高掌握回避的个体，具有低效能感、中等焦虑、中等高努力的特点，极易形成不适应性完美主义，这就对运动成绩有极其消极的影响。

在智力残疾运动领域，成就目标定向存在成绩趋近、成绩回避、掌握趋近、掌握回避 4 维结构；智力残疾运动员的掌握趋近目标定向和追求完美对运动成

绩有着直接的正向预测作用；智力残疾运动员的成绩回避目标定向、掌握回避目标定向和对不完美的消极反应都对运动成绩有直接的负向预测作用；智力残疾运动员的成绩趋近目标定向和掌握趋近目标定向都可以通过追求完美间接预测运动成绩，从路径系数可以看出成绩趋近目标定向和掌握趋近目标定向对追求完美有着显著的正向作用。智力残疾运动员的成绩趋近目标定向、成绩回避目标定向和掌握回避目标定向都可以通过对不完美的消极反应间接预测运动成绩，从路径系数可以看出成绩回避目标定向和掌握回避目标定向对消极反应有着显著的正向作用，而成绩趋近目标定向对消极反应有着显著的负向作用。

参考文献：

- [1] Duda J L. Measurement of goal perspectives in the physical domain[G]//Duda Advances in sport and exercise psychology measurement. Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 1998: 21-48.
- [2] 杨建辉, 秦钢. 大学生排球学习与目标定向的关联性[J]. 体育学刊, 2010, 17(2): 69-70.
- [3] Dweck Leggett. A social-cognitive approach to motivation and personality[J]. Psychological Review, 1988, 2(95): 256-273.
- [4] Ames. Classrooms: goals, structures, and student motivation[J]. Journal of Educational Psychology, 1992, 3(84): 261-271.
- [5] Elliot A J, Harackiewicz J M. Approach and avoidance achievement goals and intrinsic motivation: a mediational analysis[J]. Journal of Personality and Social Psychology, 1996, 70(3): 218-232.
- [6] Pintrich. An achievement goal theory perspective on issues in motivation terminology, theory, and research[J]. Contemporary Educational Psychology, 2000, 25(1): 92-104.
- [7] Stoeber J. Predicting race performance in triathlon: the role of perfectionism, achievement goals, and personal goal setting[J]. J Sport Exerc Psychol. 2009, 31(2): 211-245.
- [8] Katherine Ely, Traci Sitzmann. The influence of goal orientation dimensions on time to train in a self-paced training environment[J]. Learning and Individual Differences, 2009, 19(1): 146-150.
- [9] Flett G L, Hewitt P L. The perils of perfectionism in sports and exercise[J]. Current Directions in Psychological Science, 2005, 14: 14-18.

- [10] Gould D, Dieffenbach K, Moffett A. Psychological characteristics and their development in Olympic champions[J]. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2002, 14: 172-204.
- [11] Daniel, Knisten. Psychological characteristics and their development in Olympic champions[J]. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2002, 14(3): 172-204.
- [12] Slade P D, Owens R G. A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory[J]. *Behavior Modification*, 1998, 22: 372-390.
- [13] Ommundsen Y, Roberts G C. Peer relationships in adolescent competitive soccer: Associations to perceived motivational climate, achievement goals and perfectionism[J]. *Journal of Sports Sciences*, 2005, 6(4): 461-477.
- [14] 连文杰, 毛志雄, 闫挺. 运动领域完美主义的研究及进展[J]. *体育科学*, 2007, 27(2): 54-57.
- [15] Stoeber J, Otto K. Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges[J]. *Personality and Social Psychology Review*, 2006, 10(6): 295-319.
- [16] 吴明隆. SPSS 统计应用实务[M]. 北京: 中国铁道出版社, 2000: 229.
- [17] 姒刚彦, 李庆珠, 刘皓. 对运动成就目标三维模型的检验——一项对高水平乒乓球运动员的实证研究[J]. *心理学报*, 2007, 39(1): 163-175.
- [18] Midgley C, Kaplan A, Middleton M. Performance-approach goals: Good for what, for whom, under what circumstances, and at what cost?[J]. *Journal of Educational Psychology*, 2001, 93: 77-86.
- [19] Moller A C, Elliot A J. The 2×2 achievement goal framework: An overview of empirical research[G]//A V Mitel (Ed.). *Focus on educational psychology research*. New York: Nova Science Publishers, 2006: 307-326.
- [20] Stoeber J, Stoeber F S. Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life[J]. *Personality and Individual Differences*, 2009, 46(4): 530-535.
- [21] Bieling P J, Israeli A L, Antony M M. Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct[J]. *Personality and Individual Differences*, 2004, 36(6): 1373-1385.
- [22] Bereby-Meyer Y. Motivational influences on transfer of problem-solving strategies[J]. *Contemporary Educational Psychology*, 2005, 30(1): 1-22.
- [23] Jagacinski C M. The role of goal orientations in anticipated affective reactions to achievement outcomes[J]. *Learning and Individual Differences*, 2000, 12(2): 189-208.
- [24] Linnenndrink E A, Pintrich P A. Multiple pathways to learning and achievement: The role of goal orientation in fostering adaptive motivation, affect, and cognition[G]//Schunk. *Intrinsic and Extrinsic Motivation*. San Diego: Academic Press, 2000.